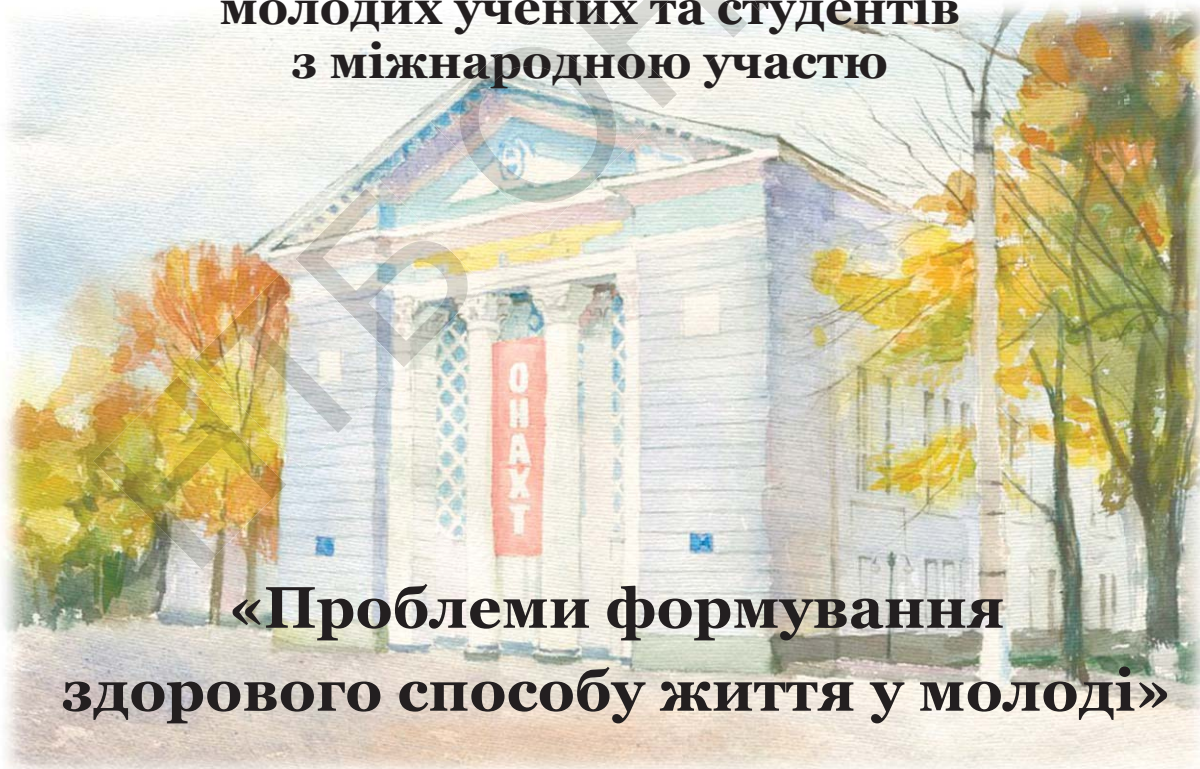


**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ОДЕСЬКА НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ХАРЧОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ**



ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ

**XI Всеукраїнської науково-практичної конференції
молодих учених та студентів
з міжнародною участю**



**«Проблеми формування
здорового способу життя у молоді»**

4 жовтня - 6 жовтня 2018 року

м. Одеса

ББК 36.81 + 36.82
УДК 663 / 664

Головний редактор, д-р техн. наук, проф.
Заступник головного редактора, канд. техн. наук, доц.

Б.В. Єгоров
О.М. Кананихіна

Редакційна колегія,
доктори техн. наук,
професори:

доктор філол. наук,
професор
доктор техн. наук., доцент
доктор техн. наук,
ст. наук. співроб.
канд. техн. наук, доценти

О.Г. Бурдо, Л.Г. Віннікова, К.Г. Іоргачова,
Г.В. Крусір, Л.А. Осипова, Л.М. Тележенко,
О.С. Тітлов, Н.А. Ткаченко, Н.К. Черно,

Г.І. Віват
О.Б. Ткаченко,

О.О. Коваленко,
Т.П. Сергєєва, О.О. Фесенко, Г.А. Шевченко

Технічний редактор,
канд. екон. наук, доцент

Л.В. Іванченкова

Одеська національна академія харчових технологій

Збірник матеріалів XI Всеукраїнської науково-практичної конференції молодих учених та студентів з міжнародною участю «Проблеми формування здорового способу життя у молоді» / Міністерство освіти і науки України. – Одеса: 2018. —360 с.

Збірник опубліковано за рішенням Вченої Ради від 6 листопада 2018р., протокол № 4

За достовірність інформації відповідає автор публікації

ISBN 966-571-063-х

© Одеська національна академія харчових технологій, 2018

РОЗДІЛ 1
ФІЛОСОФІЯ ЗДОРОВ'Я.
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ
ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

жних цілей і домагайтеся їх по черзі! Налаштуйте себе на успіх, виконуючи те, що ви робите добре, щоб ваша впевненість трималася на високому рівні. Найкраще для тренування спіралі успіху підходять екстремальні види спорту і пригоди: рафтинг, альпінізм, походи. Освойте що-небудь нове. Наприклад, навчіться готувати. Або почніть займатися карате. Головне - досягайте однієї мети за одною і думайте про свій успіх. Для студентів важливо піклуватися про успіх в різних сферах життя: у спорті, особистому житті, навчанні. Усюди необхідно послідовно перемагати прокрастинацію.

Науковий керівник – канд. філос. наук, доцент Іванов Є.В.

ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТІВ

Дочинець І.В.

Національний університет харчових технологій м. Київ

На сучасному етапі розвитку суспільства пріоритетним напрямом виховного процесу є формування у студентів моральних цінностей, що виробила цивілізація протягом тисячоліть свого існування. Нове покоління виросло в умовах становлення ринкової економіки, воно суттєво відрізняється від попередніх і має свої цінності та пріоритети, з якими потрібно рахуватися.

Молодь вкрай неграмотна в питанні здорового способу життя. Роботу по формуванню здорового способу життя слід розвивати і вдосконалювати, вивчати і перебудовувати різні ділянки культурно-освітньої роботи, впроваджувати світовий досвід. Формування здорового способу життя є набагато ефективнішою й економічно доцільнішою стратегією, ніж постійне збільшення витрат на лікування наслідків нездорового способу життя, яке не забезпечує бажаного результату.

Процес виховання свідомого ставлення молоді до власного здоров'я, здоров'я інших людей здійснюється шляхом передачі знань і формування умінь і навичок зміцнення та збереження здоров'я, виконання практичних дій здорового способу життя.

Складові здорового способу життя містять деякі елементи, найважливіші з них є харчування (якісна питна вода, вітаміни, мікроелементи, білки, жири, вуглеводи, в необхідній кількості), побут (якісні умови житла, пасивний і активний відпочинок, рівень психічної і фізичної безпеки), рухова активність (фізична культура і спорт, використання засобів різноманітних систем оздоровлення, спрямованих на підвищення рівня фізичного розвитку та підтримку, відновлення сил після навантажень).

Найголовнішим є формування свідомого ставлення до особистого здоров'я, навколишнього середовища і здоров'я інших людей. Найпопулярнішими формами роботи стосовно формування здорового способу життя в молодіжному середовищі стали інноваційні методики: інтерактивні театри, молодіжні лекторські групи, спікерські бюро, тощо. Практика фізичної культури та спорту є ефективним засобом формування здорової молоді особистості.

Держава повинна забезпечити рівний доступ молоді до можливостей для занять фізичною культурою та спортом шляхом: розвитку мережі безкоштовних закладів фізичної культури та спорту для молоді; розвитку практики проведення всеукраїнських, міжрегіональних і регіональних спортивних змагань, турнірів молоді з масових мало-

витратних видів спорту; розбудова широко розгалуженої мережі доступних спортивних майданчиків для молоді в усіх населених пунктах та оздоровчих зонах, включаючи зони відпочинку, пляжі тощо. Дозвілля є одним з важливих чинників для молоді, її відпочинку, самореалізації, оздоровлення, розширення світогляду.

Все це змінить якісні характеристики молодіжного сектору – відбудеться поступ у розвитку інноваційного потенціалу молоді, що забезпечить природні, демократичні та справедливі умови розвитку в Україні для кожної молодої людини й буде найкращим стимулом до формування її як особистості.

Такий підхід дасть можливість сформулювати стратегічну ціль української молоді, спрямовану на формування відповідального ставлення молоді до свого майбутнього і майбутнього держави. Це зробить процес залучення молоді до розробки і реалізації державної молодіжної політики ефективним і змінить сучасну роль молоді – брати участь у вирішенні власних соціально-побутових проблем.

Необхідно розпочати розглядати молодь як активну суспільну силу і стратегічний ресурс розвитку України. Це в сучасних умовах вимагає виділення молодіжної політики як один з основних загальнонаціональних пріоритетів.

STORYTELLING ДЛЯ ФОРМУВАННЯ ЕЛЕМЕНТІВ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ У МОЛОДІ НА ПРИКЛАДІ «МОРФІЙ»

М. БУЛГАКОВА ТА ОЛЕКСІЯ БАЛАБАНОВА

Журавльов О.С., магістр, факультет НТТтаІМ
Одеська національна академія харчових технологій, м. Одеса

Твір Михайла Булгакова «Морфій», а також однойменний фільм Олексія Балабанова розповідають нам про молодого лікаря Полякова і його наркотичну залежність. Фільм закінчується на сцені в кінотеатрі, в якій ми чуємо сміх відчаю після чергової дози і постріл з пістолету, герой вчиняє самогубство.

Вважаю, що Поляков як людина є абсолютно невинним, надто багато факторів співпали і наклались одночасно: переїзд, нові знайомства, похмура обстановка, лікарська справа; до цього додаю можливі переживання про загадкову знайому з фотографії – а може не чекатиме, заміж вийде? Смерті з його провини двох пацієнтів, а також, можливо, коханки, вбивство людини і, наприкінці, його причетність до початку наркоманії медсестри.

На мою думку винен тут не морфій, а відсутність близького оточення, з яким би можна було б поділитись внутрішніми переживаннями. Морфій був лише каталізатором реакції. Він міг померти від больового шоку, сепсису, на фоні психічного розладу замерзнути, кинутись під вовків чи просто з'їхати з глузду. Людина знайшла відряду у морфії і її не можна судити, хоча як лікаря і громадянина потрібно. Як людину – ні.

Про фільм: безумовно, далеко не найкращий фільм Балабанова. Слабке опрацювання персонажів – історія лікаря до непоказана; недосказаність в історії з коханкою, порівняно з оригіналом не розкрито багато важливих моментів. Фільм в ознайомчих цілях для студентів вважаю провалом. Коротко, приймаєш наркотики – через тебе постраждають люди і ти вчиниш самогубство? Так? Перегляд фільму є дуже непростим, а самі наслідки показані дуже розмиті. Тим, хто приходить до наркотиків за

З М І С Т

РОЗДІЛ 1 - ФІЛОСОФІЯ ЗДОРОВ'Я. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

КОРЕКЦІЯ ЗАХВОРЮВАНЬ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ СТУДЕНТІВ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ	
Акименко М.О.	4
EMS (ELECTRIC MUSCLE STIMULATION) ТРЕНУВАННЯ ЯК СКЛАДОВА В ФОРМУВАННІ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ	
Беценко О.А. , Коваль О.В., Абрамова А. Г.	6
ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ В УЯВЛЕННІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ	
Бітнер С.Б.	7
ПОРУШЕННЯ ПОСТАВИ У СТУДЕНТІВ: ОЗНАКИ, ПРИЧИНИ І ПРОФІЛАКТИКА	
Борець С. О.	8
КАТЕГОРІЯ «МІРА» В РЕАЛІЗАЦІЇ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ	
Бурбело Т. І.	10
БЕЗПЕКА ХАРЧОВИХ ПРОДУКТІВ І ТОВАРІВ	
Васильєва Ю.В.	11
ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ СТУДЕНТА	
Волков І. С.	12
ПРОБЛЕМА ПРОКРАСТИНАЦІЇ В КОНТЕКСТІ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ	
Генш В.Є.	13
ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТІВ	
Дочинець І.В.	14
STORYTELLING ДЛЯ ФОРМУВАННЯ ЕЛЕМЕНТІВ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ У МОЛОДІ НА ПРИКЛАДІ «МОРФІЙ» М. БУЛГАКОВА ТА ОЛЕКСІЯ БАЛАБАНОВА	
Журавльов О.С.	15
НОРМАТИВНО-ПРАВОВЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ПОЛІТИКИ УКРАЇНИ ЩОДО ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ	
Іванова Є.Л.	16
АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ	
Климентьєва І.О.	17
ІННОВАЦІЙНІ ПІДХОДИ ДО СТВОРЕННЯ ЗДОРОВ'Я ЗБЕРЕЖНОГО СЕРЕДОВИЩА У ЗВО	
Курнік Б.В.	18
ОЗДОРОВЧА ДІЯЛЬНІСТЬ ВІТЧИЗНЯНИХ ГРОМАДСЬКИХ ТОВАРИСТВ	

НАУКОВЕ ВИДАННЯ

ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ
XI Всеукраїнської науково-практичної конференції,
молодих учених та студентів з міжнародною участю
«Проблеми формування здорового
способу життя у молоді»
4 жовтня - 6 жовтня 2018 р.

Головний редактор, д-р техн. наук, проф.

Заступники головного редактора, д-р техн. наук, доц.
канд. техн. наук, доц. Н.М. Поварова

Б.В. Єгоров

О.М. Кананихіна

Технічний редактор, канд. екон. наук Л.В. Іванченкова

Підписано до друку 6.11.2018 р. Формат 60×84/8. Папір офсетний.

Ум. друк. арк. 24,6 Тираж 100 прим. Замовлення 2848